



Café Échange

Hyper
Genis



Lieu :

AGORA DU PERGET
64 Av. de
Monturon,
31770
Colomiers

QU'EST-CE QU'UN CAFÉ ÉCHANGE ?

Un Café Échange est un moment convivial où, en petit groupe, vous pourrez discuter autour de thématiques importantes pour votre bien-être :

- Les émotions
- Le sommeil
- L'alimentation
- Le stress... et bien d'autres !



Ces rencontres sont l'occasion de partager vos expériences, de poser vos questions et d'écouter celles des autres, dans un environnement bienveillant.

Les bienfaits :

- Améliorer votre qualité de vie
- Créer des liens et tisser des relations
- Apprendre à mieux gérer vos émotions et votre stress
- Trouver des astuces pour mieux vivre au quotidien...

Nous contacter pour
plus d'informations
: [contact@asso-
hypersens.com](mailto:contact@asso-hypersens.com)

Nos Cafés Échanges sont gratuits et ouverts à toutes à tous
(parents, enfants..) .

INSCRIPTION

Notre programme
de janvier à mai
2025 (les mercredis
18h30-20h

